



Mi Universidad

*Nombre del Alumno: **Vania Natali Santizo Morales***

*Nombre del tema: **Trabajo Plataforma I***

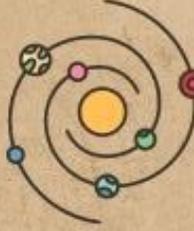
*Parcial: **1° Parcial***

*Nombre de la Materia: **Desarrollo Humano***

*Nombre del profesor: **Paola Jaqueline Albarran Santos***

*Nombre de la Licenciatura: **Ingeniería en Sistemas Computacionales***

*Cuatrimestre: **6°***



1) Origen del término

- Daniel Goleman (1995)
- "La inteligencia emocional"
- Alfabetismo emocional, empatía, artes sociales

La inteligencia tradicional

- Medida por CI (Coeficiente Intelectual)
- No suficiente para explicar el éxito social y personal
- Complementada por la inteligencia emocional

Capacidades emocionales adquiridas

- Inteligencia no solo innata
- El cerebro aprende a lo largo de la vida
- Mediado por la inteligencia emocional

3.1 CARACTERÍSTICAS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

Capacidades para liderar

- Solución de dificultades
- Transmisión de calma y serenidad
- Comunicación global
- Dirección de grupos (trabajo, estudio, religioso)

Asertividad

- Reconocimiento de deseos propios
- Equilibrio emocional
- Uso del reconocimiento emocional para el beneficio propio y de otros

Solidaridad con otros

- Sentimiento de solidaridad
- Contención emocional

Educación de las emociones

- Transformación de emociones dañinas en positivas
- Reeduación emocional

Empatía

- Capacidad de ponerse en el lugar del otro
- Comprensión emocional de otros
- Utilización de la empatía para resolver situaciones

Flexibilidad y adaptabilidad

- Control emocional
- Adaptabilidad a cambios imprevistos
- Alta flexibilidad

Reconocimiento y dominio de emociones

- Reconocer emociones propias
- Dominar emociones propias
- Reconocer y comprender emociones ajenas

